

УДК 615.825:616-001:355.085.5

**АКТУАЛЬНІСТЬ УПРОВАДЖЕННЯ
ЗАСОБІВ ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ
ДЛЯ ПРОФІЛАКТИКИ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ТРАВМ
І БОЛЬОВИХ СИНДРОМІВ НИЖНІХ КІНЦІВОК
У КУРСАНТІВ ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ
НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

Ольга КУПРІНЕНКО, Катерина ТИМРУК-СКОРОПАД

*Львівський державний університет фізичної культури
імені Івана Боберського,
м. Львів, Україна*

Вступ. У процесі навчання та підготовки до виконання професійних обов'язків, військовослужбовці під впливом значних фізичних навантажень стикаються з травмуваннями нижніх кінцівок, що підтверджено багатьма іноземними дослідженнями. Значною проблемою є те, що відновлення після отриманої травми є, як правило, тривалим та може зумовити значні перерви в підготовці та навчанні та зниження боєздатності військ. Це стосується не лише військовослужбовців строкової та контрактної служби, але й курсантів вищих військових навчальних закладів (ВВНЗ).

Водночас відчувається брак українських досліджень щодо рівня та структури травм, які мають накопичувальний та/або хронічний характер і зумовлені надмірним фізичним навантаженням. У доступній літературі не приділено уваги можливостям і сучасним підходам до застосування засобів фізичної терапії для профілактики й реабілітації травм у процесі навчання у курсантів ВВНЗ.

Мета обґрунтувати актуальність застосування засобів фізичної терапії для профілактики та реабілітації травм нижніх кінцівок курсантів.

Методи дослідження. Опитано курсантів першого, другого і третього курсів Національної академії сухопутних військ імені гетьмана Петра Сагайдачного (усього 256 курсантів). Для опитування було розроблено опитувальник, що містив загальні питання; питання щодо травм і больових синдромів, що виникали впродовж періоду навчання в академії; питання щодо досвіду травм і больових синдромів нижніх кінцівок.

Результати дослідження встановили, що найбільшу кількість травм і больових синдромів відзначають курсанти в першому семестрі навчання (рис. 1). Також встановлено, що в перший рік навчання курсанти усіх курсів мають найбільший відсоток травмувань і больових синдромів (рис. 2).

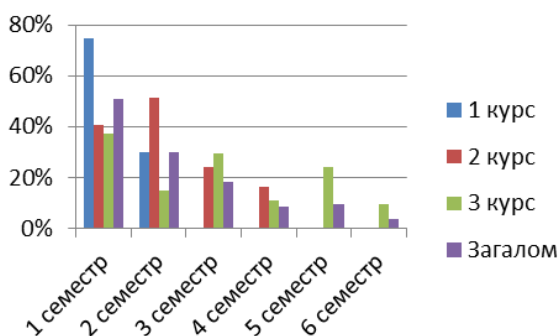


Рис. 1. Розподіл кількості травм та больових синдромів за семестрами

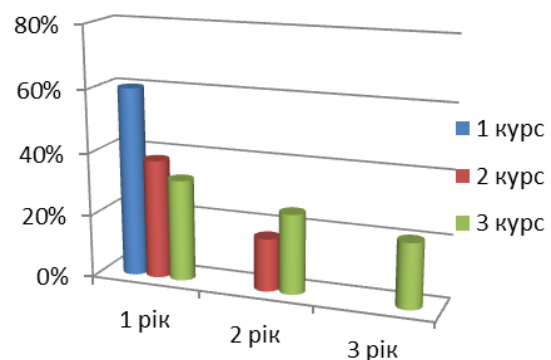


Рис. 2. Розподіл кількості травм та больових синдромів за роками

За результатами опитування з'ясовано, що найбільша кількість травмувань і больових синдромів нижніх кінцівок у курсантів припадає на колінні суглоби (29%), гомілковостопні суглоби, стопи (19,7%) та гомілки (13,6%).

Висновок. Необхідність застосування засобів фізичної терапії для профілактики й реабілітації травм та больових синдромів нижніх кінцівок військовослужбовців, з одного боку, та недосконалість наявних науково-методичних підходів, з іншого, зумовлюють актуальність проведення подальших досліджень.

Ключові слова: травма і больовий синдром нижніх кінцівок, курсант, засоби фізичної терапії.